HIPISM

Antrenamentul

Galopurile de eri dimineață

Eri dimineață a fost deschisă pista de iarbă, porțiunea depe partea opusă tribunei. Pe ceață și frig, antrenamentul s'a rezumat la exerciții de sănătate.

DELA DEINBECK

Aderno (Constantinescu Șt.) a fost trimis cu iapa *Cara mia* (Constantinescu G.).

Albina (Constantinescu Șt.) a fost antrenată cu *Voe bună* (Constantinescu G.).

DELA GABENS

Au mers în jumătate tren:

Halmei (Huțuleag V.), *Bien Aller* (Cristofil), *Bold* (Popa), *Galina* (băiat de grajd) și *Capua* (Huțuleag I.).

Clăbuc (Huțuleag V.), *Fufu* (Huțuleag I.), *Aluta* (Cristofil) și *Tonnino* (Popa).

DELA GILL

Cordon Rouge (Gill) și *Brandywine* (Mihalcea) au luat un galop ușor.

La fel *Irinel* (Gill) și *Olguța* (Vincent).

DELA GABOR

Gurița (băiat de grajd) a avut de parteneră pe *Lorica* (Simon).

DELA ION GHEORGHE

Au făcut sprinturi:

Mahachita (Logofătu), *Tănase* (Constantinescu G.), și *Satrap II* (Soare).

Orateur III (Constantinescu Șt.) și *Colombo* (Gill).

DELA KRIMMER

Au mers în tempo moderat:

Trevoux (Cucu), *Agitatote* (băiat de grajd) și *S. O. S.* (Enescu G.).

Hotoman (băiat de grajd) și *Bridge* (băiat de grajd).

Marsala (băiat de grajd) singur.

DELA KRISTOFF

Au lucrat puțin mai iute decât într'un canter:

Rush (Haits) și *Roxelaine* (Cucu P.).

Betty (Vincent), *Bikette* (Logofătu), *Hara* (Haits) și *Sofia* (Cucu P.).

DELA PINKA

Doggie (Mullot) și *Girardi* (Grecu) au sfârșit împreună.

Bandit (Horvath G.) a condus pe *Diligent* (Mullot). Mânzul pare în ascendent de formă.

DELA SETESCU

Șoim (Enescu G.) a galopat cu *Garoafa II* (Cucu).

DELA TOTH

Bock (Mullot) a dominat pe *Flandra* (băiat de grajd) și *Meșteru Manole* (băiat de grajd).

DELA WILSON

Bilitis (Oprescu) a fost trimisă cu *Estoc* (Oprescu).

Georgesu (Ionescu) singur.

Ultima filă din dosarul Tulpinița

(Continuare din pag. 2-a)

tru prima dată în viață, a făcut totul pentru a câștiga pornind în fruntea plutonului ca o vijelie până când iapa sufocată a căzut în aliura neregulată și a trebuit să fie reținută, — obligat fiind la aceasta pentru a nu fi amendat sau descalificat.

In acest timp caii din urmă au depășit-o.

Așa se explică performanța ei atât de slabă neconformă cu valoarea ei, un argument în plus pentru a nu fi ținută în seamă nici de d-ta nici de d-nii comisari.

Intreb, mai era posibil să revină peste acești cai, când cel mai bun record al ei pe 2.100 m. e de 1.34,5, când toți ceilalți cai mai în etate ca ea, mai specialiști pe distanțe lungi cu mai bun record ca Adam 1,31, Străjer 1.31,5, Săgeata 1,33, Hotin 1.33,2 și numai Aluniș cu 1.34,6 în acest an, fără a vorbi de Hari Boy și Călin, fără record în acest an, dar totuși cu un mai bun record în carieră.

Iată dar din nou că logica îmi dă dreptate și dacă Dvs. nu mi-o recunoașteți, adică dacă cursa s'a petrecut altfel, și aceasta cu rea intențiune, de ce d-nii comisari au trecut-o cu vederea. Și pentru ce d-ta și alți gazetari molipsiți de d-ta, încriminați un om care sărmanul nu are nici un mijloc de apărare.

A DOUA PREMIZĂ, interesul de a se pierde cursa, pentru a nu se penaliza cu 20 m., în premiul Matak.

Aceasta este și o mai mare eroare ca cea precedentă.

După cursele din carieră cel mai bun record, 1.32,6 — n'avea absolut nici o șansă nici față de Hai-Hai și Avanti K. la 80 m., când aceștia veniseră înainte de 18 Octombrie cu un record de 26 și ceva deci o diferență de 6 secunde și nici chiar față de Saicâm la 60 m. când și acesta venise cu 1.27,8 la 11 Octombrie și nici măcar față de Vengo.

Unde este dar șansa de a câștiga premiul Matak chiar dela distanța de 1.600 m. fără penalizare față de acești cai și deci care era interesul ca să se refuze un 20.000 lei la 18 Octombrie bani buni și prea siguri după aprecierea d-tale, pentru o eventualitate foarte șubredă a unei mult îmbunătățite formă din partea iepei pe care desigur nu s'ar fi putut conta și aceasta numai în cazul când din partea celorlalți cai despre care am făcut mențiune, s'ar fi făcut greșeli ireparabile în timpul cursei. Exclus în special cu un cal caAvanti K.

O vrabie nu se dă din mână pentru o cioară de pe gard.

O singură replică s'ar mai putea avea și anume că dacă în cursa dela 18 Octombrie ar fi pierdut locul în câștigătoare s'ar fi putut totuși plasa pentru a nu fi riscate plasele jucate pe ea.

Cum nu-mi place polemica și nu voiu mai răspunde la ceeace se va mai scrie, repet din nou că nu acei 20 m. penalizare ce a-și fu luat cu această plasă, eram afară din cursă în premiul Matak căci am dovedit-o că nici dela distanța inițială de 1.600 m. nu aveam o șansă decât de 5—10% dar ceeace am mai demonstrat este că n'aș fi putut reveni pentru nimic în lume peste niște cai cu un mai bun record și cu mai bune state de serviciu așa cum am arătat. Iată adevărul gol goluț.

In concluzie sunt de perfect acord cu d-nii comisari să fie severi, dar severi numai după ceeace văd și numai atunci când văd și se întâmplă cazul iar nu mai târziu și după calcule.

In cazul de față îmi fac o datorie de conștiință de a-l reabilita în fața opiniei publice pe acest Crainic care a mânat foarte conștiincios și în absolut vederile mele ca proprietar, asumându-mi întreaga răspundere.

Crainic este îndreptățit a scrie pentru cazul acesta pe ușa locuinței sale:

1.39,6 — 1.31,8 — 5000 — ceapa și cartofii 1941/942.

Cât despre presă ea trebue să fie nepărtinitoare, de înadată ce devine pătimașă — și articolul dvs. probează aceasta — se face un foarte rău serviciu curselor de trap, scăzându-se încrederea în ele și nu aceasta cred că este interesul dv. și al presei în general, încurajată și susținută de altfel tot de noi — cu puțin nu e vorbă — dar tot banii noștri sunt.

Cu bine și sănătate,

Col. I. Georgescu

*

Mărturisim că nici noi nu avem intenția de a polemiza pe marginea acestui caz.

In rândurile incriminate de d. Col. N. Georgescu ne exprimasem impresia pe care această afacere ne-o produse-se.

In cele ce vor urma vom lămuri pe scurt unele nedumeriri pe care această scrisoare ni le produce.

In prim rând, în piedoaria d-sale d. Col. I. Georgescu se servește ca principal argument de corectitudinea vădită a pensionarei sale.

Cum se explică atunci inadvertența flagrantă dintre performanțele dela 18 Octombrie și din prima eliminatorie a premiului D. Matac?

In al doilea rând semnatarul scrisoarei spune că „pedeapsa trebue aplicată imediat, la comiterea infracțiunei și nu mai târziu".

Cum rămâne atunci cu orice delicvent de drept comun care n'a fost pedepsit PE LOC, la comiterea infracțiunei, ci mai târziu după ce justiția a adunat materialul concret care demonstrează culpabilitatea?

Și în fine, pentru a nu lungi mai mult aceste rânduri, ne punem o întrebare:

Cum se acordă această reabilitare a lui G. Crainic cu cererea făcută de d. Col. Georgescu de a-i fi scoși caii de la pariul mutual pe tot timpul absenței lui Szabo, pentru că arată valori contradictorii?

Simple întrebări la care noi ne răspundem bazați pe o logică elementară.

N. M. B.

Convocări

Asociația Polisportivă „Victoria" aduce la cunoștința generală următorilor acestor atleți menționați mai jos că trebuie să fie prezenți Duminică 2 Noiembrie 1941 la orele 9 dimineața pe terenul Hipodromul Băneasa Trap cu ocazia crosului organizat de către gruparea Leonida.

Incepători: Frații Predescu, Constantinescu, Stan Mihai, Nicoriuc Adrian Emanoil, Victor Antonescu, Burmaz.

Juniori: Ruiu Andrei, Niculae, Nelu Stănescu, Niculae Ioanid, Renee Brașoveanu, Gheorghe Rădescu.

Seniorii: Vasile Martinaș, Dumitru Redeșiu, Petre Soare, Marinescu Niculae.

Deasemenea sunt rugați stăruitor că acei ce posedă echipament de la club să vină cu el la aceasta întrecere. Cu aceasta ocazie redăm distanța crosurilor. La începători este de 3 km. la juniori de 4 km. iar la seniori de 6 km. In dorința de a ne prezenta cât mai bine posibil d-l Președinte al Clubului Ion C. Petrescu, care de câteva zile se află în București,, roagă pe toți atleții Grupării să nu lipsească de la acest mare concurs.

VICTORIA convoacă în mod special pe următorii alergători cu ocazia Crosului de Duminică 2.XI.1941 Nelu Stănescu, Renee Brașoveanu Gheorghe Rădescu, și frații Predescu.

VICTORIA (secția Rugby) aduce la cunoștința tuturor acelora ce fac parte din echipa II a acestui Club că cu ocazia meciului de Duminică 2.XI.941, ce îl au de susținut contra grupării Viforul Dacia, să fie prezenți la orele 8 dimineața teren O.S.R. Deasemeni sunt convocați să nu absenteze d-nii Paul Antonescu, Sile Georgescu, și Piduti. Toți acei ce posedă echipament de la club sunt stăruitor rugați să vină cu el la acest joc. Prezența fiind obligatorie rugăm foarte stăruitor să nu lipsească nimeni.

A. S. PHENIX convoacă pentru Duminică 2 Noembrie a. c. orele 9.30 la cabană, pe următorii jucători.

Stănescu, Trandafir, Pompi, Constantinescu, Giovani, Nițuică, Gorilă, Căciulă, Țecu I și II, Mustață, Tuinea și Țoev.

Se convoacă în mod special jucătorul Tudorică Popa.

„DREPTATEA" convoacă mâine Duminică pe terenul Velodrom la orele 8 dim. precis, în vederea matchului oficial cu Șoimii, următori jucători:

Negucescu, Petre, Preda, Stoicescu, Economu, Titel,, Ilie, Ghimeș Filip, Țimbor, Tarău Mircea, Popa, Gicman Liviu, Gheorghiu Iulian, Predoiu și ceilalți.

„GLORIA" convoacă pentru Duminică 2 Noembrie a. c. următorii jucători în vederea matchurilor ce are de susținut:

La orele 8 dim. pe terenul Turda: Plăviță, Oituz, Constantinescu, Fane, Matei, Ionescu, Cotovelea, Popa, Pișcarac, Tănase, Călin, Tudorache, Iliescu precum și toți juniorii.

La orele 12 a. m. pe terenul Unirea: Badea, Buruiană, Câmpeanu, Drăgănescu, Cojocaru, Cristea, Păun, Simion, Dron, Iordu, Sotir, Donciu, Nițu și Preda.

VENUS convoacă pentru Sâmbătă 1 Noembrie 1941 pe terenul din Splaiu la ora 18 următorii juniori pentru a-și lua echipamentul pentru matchul cu Juventus:

Nicolau II, Suciu, Sârbulescu, Constantinescu M. Ceako, Leon, Iordan Niculae, Roșculeț, Nicolau I, Herescu, Tănăsescu I. Dumitriu, Mateescu I.

Duminică la ora 7.45 toți aceștia vor fi în fața Gării de Nord la cls. II.

Prezentarea obligatorie.

F. C. SUTER convoacă pentru Duminecă 2 Noembrie ora 10 pe terenul Colentina toți jucătorii în vederea matchului oficial cu E.F.A. Nu se admite nici-o lipsă.

GENERALA convoacă pentru Duminică 2 Noembrie a. c. pe terenul Iuta la orele 10 în vederea matchului oficial pe cari îl va susține în compania echipei Phenix următorii jucători:

Gicuță, Rene, Toldi Pușcașiu, Virgil Rădulescu, Paul Marinescu, Astaloș Prodan, Cercelaru, Sțuițu, Bruechner, Grigoriu, Predoiu, Stavarache Ș., Stavarache E., Stere.

In vederea matchului cu clasa VII-a a Scoalei Normale pentru cupa „Mihail Eminescu" clasa IV-a liceului „Principele Carol" convoacă astăzi pe terenul Unirea Tricolor (Gara de Est) ora 3, următorii elevi: Țaranu, Cristescu, Cercel, Zainea M. Ganga, Apostolescu, Ionescu Alex. Popescu Marin, Popescu Mircea, Bulete, Grecu și Popescu Ion (țiganu).

A. S. MUGURAȘUL convoacă minică la sediul său ora 9 a. m. următorii jucători: Ștefănescu, Chiorghiu, Bindea, Ionescu, Impăratu, Marinescu, Radu, Jean, Balșoi, Atanasiu, Albu precum și ceilalți jucători legitimați.

Prezența obligatorie.

VIFORUL DACIA convoacă pentru Duminică pe terenul Velodrom la orele 10 următorii jucători: Niculescu Chingu, Zorilă, Lupu, Grigore, Munteanu, Sterian, Daniel, Ionescu Sandy, Marcu B., Gheorghiade, Constantinescu M., Bușol, Plogojdu, Cercel, Marcu N., Vulescu.

Iar la orele 12 pe toți juniorii în vederea matchului cu Zburătorii.

A. S. D. JUVENTUS convoacă Duminică 2 Noembrie 1941, orele 8 dimineața pe terenul Biruința, pentru jocul cu Venus, următorii juniori:

Andrei, Popovici, Urzică, Georgescu, Mihalache, Zissu, Dasicomis, Gogonatu, Florea, Zăgănescu, Moțica, Broche, Gh. Andrei,, Vasilescu Emil, Stan, Emilian, Grigore.

Jucătorii se vor deplasa direct la teren.

Următorii atleți ai Viforului Dacia sunt invitați Duminică 2 Noembrie a. c., ora 9 a. m., la hipodromul Băneasa-Trap pentru a lua parte la crossul Leonida: D. Tălmaciu, Al. Cristodorescu, Mir. Sucitu, Sebastian Popescu, Rențea Ion, Eftimescu Tacomi.

Sunt invitați și ceilalți membri-seniori, juniori și începători — ai secției atletice, care vor să ia parte la acest cross.

—xoxox—

Districtul de football București

COMUNICAT

Comisiunea districtuală de Football București, roagă arbitri conducători, delegații de grupări și jucătorii ca la jocurile de campionat districtual ce se va disputa Duminică 2 Noembrie 1941, să țină un minut de reculegere în memoria Colonelului Theodor Davilla — fost președinte al Districtului de Football București —, mort pentru patrie.

—xoxox—

Dela comisiunea districtuală de arbitri București

COMUNICAT

In semn de doliu pentru moartea fostului arbitru federal și președinte al CCA-ului Dorel Davilla toți arbitrii ce aparțin de districtul Bucureșt și conduc jocurile de football din 1 și 2 Noembrie a. c. vor purta doliu la mâna stângă.

După darea semnalului de începerea jocului, arbitrul va ține un minut de reculegere pentru slăvirea memoriei lui Dorel Davila, mort la datorie în ziua de 22 Octombrie a. c.

—xoxox—

Dela Stadiul Român

STADIUL ROMAN convoacă insistent pe următori crossiștii seniori, juniori și începători a se prezenta Duminică 2 Noembrie ora 8.30 în incinta Hipodromului Băneasa-Trap în vederea crossului LEONIDA.

Seniori: Teodosiu Vasile, Dinu Cristea, Badea Gheorghe, Firea Vasile, Amorțitu Dumitru, etc.

Juniori: Dumitru Gheorghe, Girescu Aurel, Popescu Paul, Mitrea Valeriu, Valeriu Emanuel, Popescu Caton, Marin Stoian etc.

Incepători: Ghement Romulus Lupu Virgil, Tănase Petre, Apostol Niculae, Bănciulescu Victor, Niculescu Ștefan, Cristescu Zamfir, Exergian Mircea etc.

Sunt convocați special D. Cristea Nitrea Valeriu, Popescu Paul, Popescu Caton și N. Stoian.

—xoxox—

Dela Viforul Dacia

VIFORUL DACIA, secția de rugby, convoacă în mod special următorii jucători pentru Duminică pe terenul O. S. R.

Ora 8,30 jucătorii categoriei a II-a care vor aduce și echipamentul de la Velodrom.

Jucătorul Irculescu va aduce și ghetele jucătorului T. Kranz.

Fabio Madotto va conduce echipa secundă.

Ora 14: Jianu, Corvătescu, C. Sterian, I. Comănescu, Lăpușan, G. Vasilescu, I. Nicolau, D. Traian, M. Niculescu, N. Constantin, P. Fesci, Tileagă, Oprică, Kranz, P. Grigorescu, N. Sucitu, Fabio.

Echipamentul va rămâne la O.S.R.

Băneasa

Joi 6 Noemvrie

Inscrieri

PR. MONROSE, 1500 (P. I.)
Pr. I 30.000, II 7500, III 3700, IV 1800 lei
(Vânzare)

Păpușa 50, Cătălin 50, Măcieș 54½, Jagodka 47, Băețel 53½, Doruleț 53½, Junta 47, Olanița 53, Băneasa II 44, Rose d'Orsay 55, Șoim 56, Păltiniș 55, Ena 49½, Furtuna 47, Burgos 52½, Cin'te tine 54, Ghibelin 62½, Talalka 53, Floreal 52.

PR. LISBEM, 1600 (P. N.)
Pr. I 35.000, II 8500, III 4200, IV 2100 lei.
(Welter handicap)

Cătălin, Măcieș, Crăiasa, Doggie Han, Băețel, Bock, Bold, Chefliu Doruleț, Marsala, Răzvrătit, Lăncier, Raquette, Băiețandru, Păltiniș, Garofița, Flandra, Capriole, Meșterul Manole, Tricolor, Ghibelin, Barcău, Talalka.

PR. MIOSOTIS, 1600 (P. V.)
Pr. I 40.000, II 9000, III 4500, IV 2200 lei.

Bock 57, Chefliu 56½, Marsala 56½, Răzvrătit 57, Satrap II 56½ Bougie 50, Rose d'Orsay 58½, Șoim 60, Garofița 55, Crainic 60, Para Leu 56½, Ghibelin 56½.

PR. ARNOTA, 1800 (P. N.)

Crăiasa 52½, Doggie 52½, Marsala 57½, Jocker 56½, S. O. S. 61, Agitatote 60½, Brandywine 56, Merlette II 52½, Rush 60, Roxelaine 53½, Ghizdei 56½, Marotin 54, Nora 53½ Amnar 58½, Garoafa II 54, Bilitis 57, Galhua 51, Pénitece 56½, Halmei 60½, Bien Aller 59½.

PR. LIEBLINGG 1100 (L. D.)
Pr. I 50.000, II 10.000, III 5000. IV 2500 lei.

Bridge 46½, Mărioara 45, Favorit II 60½ Satrap II 59½, Suraa 45, Doma 46½, Bikette 57, Leonora 57, Cucuruz 46½, Hâncu 61½, Garofița 55½, Cara mia 45, Bleu de Roi 58½, Ambasador 46½, Leanca 45, Pénitence 60, Sofia 45, Ciocârlan 57½, Lorica 55½, Tricolor 61½.

PR. FLAM, 1500 (P. V.)
Pr. I 35.000, II 8500, III 4200, IV 2100 lei.

Crivăț, Haluneia, Luceafăr III Olguța, Anul Nou, Presto, Foița, Bridge, Junior, Gilda II, Mureș II Trifoi, Cucuruz, Pândică, Omar, Grindina II, Mugurel II, Irinel, Leanca, Bișag, Săraru.

Rubrica sportivei

BOGDANA face sport

Un exercițiu foarte bun, a cărui folosință ne vine dela americani, este coarda. Bogdana care aplică tot ceeace servește educației sale sportive îl practică fără întrerupere în timpul antrenamentelor, acasă în curte, sau în sfârșit ori de câte ori are ocazia. Afară de aceasta îl executa cu plăcere pentrucă o dispune și sufletește amintindu-i de copilărie. Un amănunt: nu se îmbracă însă pre agros pentrucă sărind se încălzește și dacă s'ar înforfoli ar deveni greoaie.

GIMNASTICA DE ASTAZI

I. Din poziția de drepți, printr'o săritură depărtați picioarele și duceți brațele prin față în sus, cu capul între mâini. Faceți apoi din poziția aceasta două tensiuni laterale spre dreapta și reveniți la poziția inițială. Reîncepeți exercițiul în sens invers. Pentruca exercițiul să fie perfect executat, aveți grije să aveți palmele față în față, să nu îndoiți genuchii când faceți flexiunea și să insperați atunci când sunteți cu mâinile în sus și să expirați (dați aerul afară) când faceți tensiunea.

II. Vă așezați în genuchi cu pulpile lipite dealungul lor și cu capul drept. Ridicați ușor brațele în sus și începeți să aplecați corpul încet spre spate, fără să vă frângeți din mijloc. Când simțiți că nu mai puteți, reveniți tot atât de încet.

Toată dificultateaa cestui exercițiu constă în felul încet în care îl executați. Dacă îl veți face repede nu vă va aduce nici un folos, pe când dacă îl executați încet siliți mușchii abdominali și mușchii picioarelor să se concentreze și să lucreze. Deasemeni să nu aveți pretenția să vă puteți apleca dela început până jos. Numai cu timpul și cu perseverență veți ajunge la această adevărată performanță. Pentru început executați-l de 6 ori.

III. Exercițiul al treilea îl veți executa în modul următor: vă așezați înaintea unei mobile a cărui înălțime să atingă coapsa dumneavoastră la o distanță de un pas. Din poziția de drepți duceți apoi un picior înainte și-l sprijiniți de mobilă. Fără să vă incordați lăsând mâinile moi faceți două tensiuni cu bustul spre piciorul întins. Reveniți. Schimbați piciorul și reîncepeți exercițiul. Aveți grije să nu îndoiți genuchii atunci când executați figura: nici pe cel care rămâne pe pământ nici pe cel întins înainte. Totdeodată nu neglijați să expirați când faceți tensiunea. Executați exercițiul de cinci ori pe un picior și de 5 ori pe celălalt.

IV. Cât timp mai este frumos și puteți face antrenament nu uitați să faceți pasul pentru trecutul gardurilor. Acest exercițiu privește numai altetele cărora îl recomandăm îndeosebi. Ceeace trebue știut este că nu trebue făcut de pe loc. In timp ce mergeți, când simțiți că sunteți pe picior bun, adică pe piciorul pe care sunteți obișnuită să bateți, ridicați un picior înainte, aplecați corpul spre el și întindeți spre el mâna inversă. Cu timpul vă puteți exersa să faceți trei pași numai între aceste două ridicări.

A. B.

NATURA, refugiul nostalgiilor citadine

Faptul că trăim în mod continuu în orașe, am reluat gustul singurătății. Când începi să-ți simți nervi uzați de zgomot, când ai cedat birocrației cele mai frumoase zile, când n'ai putut avea, timp de luni întregi, nici un moment de visare care să nu fie intrerupt, îți vine să fugi de oameni, să te pierzi în mijlocul naturii.

Pentru bunicii noștri Robinson Crusoë a fost o dramă înspăimântătoare; pentru noi este mai mult decât este Paradisul terestru.

Intr'o vacanță atât de târzie marea cu toate splendorile ei nu are ce căuta.

Din fericire însă România este plină de colțuri pitorești care abia așteaptă să fie turburate din ordinea lor inițială.

In mijlocul acestei naturi sălbatice nu este nevoe să mai pozezi în fața vieții; sboară proectele, s'au dus grijile.

Cântecul păsării, unda râului, vâjâitul vântului, sunt pentru noi o liniște absolută.

Nici în vid nu ar fi atât de bine, pentrucă în această stare ne-ar zbârnâi urechile și ne-ar năpădi gândurile.

Cântecele monotome improvizate de singurătate ne aduc însă adevărata liniște, liniștea interioară.

Profitați colege sportive de Sâmbetele și Duminicile libere și plecați în excursii în loc să mergeți la ceaiuri și la cinematograf.

Veți păstra astfel o armonie între vieața intelectuală și sportivă de care trebue să profitați cât timp sunteți tinere.

Dintre Carpații sud-estici, cei mai puternici și mai romantici munții sunt Bucegii.

Flora, fauna și forma lor atât de variată îi face să fie cei mai cercetați munți din România.

Din ghidul «Brașovul și împrejurimile câteva drumuri pentru cazul când sorocul v'a făcut să alegeți vizitarea Bucegilor.

«Din Bușteni duc mai multe drumuri spre Bucegi. Cel mai ușor și mai scurt duce prin Valea Jepilor mică până la casa Schiel.

Plecând dela fabrica de hârtie Bușteni, ținând stânga, pe un drum cu marcație neagră, aproape paralel cu funicularul, ajungând prin văile Urlătoarea mică și mare în 3—4 ore la Schiel. O priveliște splendidă se deschide aici spre minunata val a Prahovei.

Urmând mai departe marcația neagră, ajungem pe un drum plăcut și frumos printre brazi mici în vale la cabana Peștera a T. C. R.-ului.

Dela casa Schiel, luând-o la dreapta până la capăt pe plaioul Bucegilor ajungem în 4—5 ore pe Omu (marcație galbenă).

2) Drumul Valea Jepilor Mare-Caraiman-Omu, pleacă de asemenea dela Fabrica de hârtie. Urmând drumul marcat verde care o ia spre dreapta ajungem după o urcare de 3 ore la cabana Bravul pe geana Caraimanului. Aici pe brână, după o altă oră, suntem la Cruce.

Inaintând pe spinarea de aici în sus ajungem la Vârful Caraimanului. Urmând acum marcația galbenă ajungem în 3-4 ore la Omu. Nu departe dela vârful Caraimanului, spre apus, se văd Babele, un grup interesant de piatră de nisip în formă de burete, de unde ne putem scobori prin Valea Ialomiței

3) Valea Corbului-Omu. Acesta este un drum cam lung dar deosebit de încnătător, și frumos. Urmând marcația orizontală galbenă după un mers de o jumătate de oră pe șosea drumul se îndreaptă spre stânga, înconjoară dealul Gâlma-Mare și dă în poiana Costilei. De aici ajungem în valea Cerbului apoi înaintând pe o spinare povârnișe ajungem sus la Omu. Drumul durează 6-7 ore.

Vom continua în rubricele viitoare să dăm programe de excursii. Chiar dacă acum nu aveți timp să vă duceți mai mult ca sigur că în vacanța Crăciunului veți fi cu skiurile pe povârnișurile Bucegilor.

Despre importanța pantofilor de atletism

Se spune că sporturile sunt costisitoare și deaceia nu sunt la îndemâna oricui. Sunt însă și aici oarecare nuanțe; nu poți compara, de exemplu, tennisul cu volley-balul.

Și de ce asta?

Pentrucă tennisul cere rachetă, mingii, o îmbrăcăminte care constă din short, bluză sau eventual rochie, fular și jachetă de lână, complet albă, plus terenul care se plătește cu ora sau sezonul, pe când volleybalul nu cere nimic.

In schimbul unei infime cotizații clubul își dă echipament, minge, plasă și teren.

Imbrăcămintea albă a tennisului este cerută de estetică. Sunt în schimb sporturi unde echipamentul constitue o necesitate.

Printre acestea este și atletismul care intră însă în categoria a doua, adică dai 20—30 lei pe lună și primești treining, pantofi cu cue, tricou, stadion și învățăminte.

Se cuvine dar să menajăm pe cât posibil echipamentele noastre ca să scutim cel puțin clubul de cheltueli inutile.

Nu este absolută nevoe să faci tot timpul antrenamentul cu pantofi. Acesta constă din încălzire gimnastică și apoi specializare la probe.

Pantofii cu cue au fost creiați pentru a fixa piciorul și spre a preîntâmpina alunecările pricinuite de mișcările forțate cerute de mișcare. Deci numai atunci când ați terminat încălzirea și gimnastica și vă îndreptați spre proba respectivă îmbrăcați-vă pantofii cu cue.

Aceasta vă aduce și un folos moral pentrucă vă obișnuește să vă îngrijiți lucrurile și în viața de toate zilele.

Din multe feluri de gimnastică, s'a plăsmuit și s'a introdus în Germania o artă unitară. Aceasta corespunde cu ce se numește astăzi «Deutsche Gymnastik»